

Para publicación inmediata

Contacto: Walter Mitton
(301) 496-3931 oficina
(301) 594-2592 fax
mittonw@mail.nih.gov

Los Institutos Nacionales de la Salud promueven con entusiasmo la 5ta Exposición de Salud y Acondicionamiento Físico en Silver Spring La Quinta Exposición Anual de Salud y Acondicionamiento Físico de los NIH Ofrece Actividades Gratuitas de Acondicionamiento Físico, Clínicas de Deportes, los Juegos Saludables 2004 presentados por los NIH, Seminarios Interactivos de Salud, Talleres de Bienestar, Pruebas de Salud, Mini-Sesiones de Laboratorio, Exhibiciones, Juegos, Premios, y Mucho más

Bethesda, Md.—El sábado, 24 de abril de 2004, los Institutos Nacionales de la Salud (National Institutes of Health, NIH) lo invitan a contagiarse de entusiasmo y participar de la 5ta Exposición de Salud y Acondicionamiento Físico que llegará a Silver Spring, Maryland. Venga con sus familiares y amigos y ayúdenos a “contagiar” a su comunidad de buena salud y actividades físicas. Desde las 10:00 A.M. hasta las 3:00 P.M. Share the Health: La Exposición de Salud y Acondicionamiento Físico de los NIH, ofrece un día de diversión con eventos y actividades enfocados en la salud para toda la familia.

La exposición tendrá lugar en la Escuela Secundaria Montgomery Blair. Los eventos de Share the Health incluyen exhibiciones y seminarios de salud conducidos por científicos de los NIH, pruebas gratuitas de salud, los Juego Saludables 2004—la versión de los NIH de los Juegos Olímpicos de verano—clínicas de deportes, talleres de bienestar y una gran cantidad de información de salud gratuita para todas las edades. Tendremos también actividades para niños y adolescentes, tales como mini-sesiones de laboratorios, juegos de competición, y el juego inflable Caminata Lunar.

Auspiciado por la Oficina de Relaciones con la Comunidad de los NIH, este evento recién diseñado promueve la salud de la comunidad a través de la prevención de las enfermedades. Científicos de los NIH, la principal institución de investigación biomédica de la nación, desean darnos la mano para que nos ayudemos nosotros mismos al enseñarnos maneras fáciles y divertidas de mejorar nuestro acondicionamiento físico y mantener una buena salud. Share the Health le permite a las personas de todas las edades aprender, experimentar y descubrir nuevas maneras de llevar una vida más saludable.

Discuta sus preocupaciones de salud con los médicos y científicos de los NIH mientras ellos presentan charlas sobre temas importantes como obesidad y nutrición, los beneficios de los ejercicios de fortalecimiento, los efectos de las drogas y el alcohol en el cerebro, la higiene dental, la diabetes, la salud de los huesos, la anatomía del ojo, la terapia musical, la prevención de lesiones deportivas, y la prevención de enfermedades infecciosas. El Robot Holly Heart ofrecerá consejos para mantener un corazón saludable. Otros talleres y presentaciones incluyen el arte de la relajación, acupuntura, ejercicios de Tai Chi y terapia de Reiki.

El personal de los hospitales del área ofrecerá pruebas de salud gratuitas para ayudar a los miembros de la comunidad a descubrir si corren riesgo de padecer una embolia o apoplejía, presión arterial alta, problemas de la piel, osteoporosis u obesidad. También, los oficiales de información de los NIH proveerán la última información sobre las investigaciones de salud de los NIH a través de una variedad de exhibiciones divertidas e interactivas.

Los miembros de la comunidad podrán ver páginas confiables con información de salud que están disponibles en la Internet, y explorar páginas Web con información de fácil acceso para los consumidores como Senior Health y MedlinePlus, producidas por los NIH. Habrá expertos que les demostrarán a los participantes cómo encontrar información de salud en la Internet.

Los niños podrán ponerse batas de laboratorio y lentes protectores para experimentar lo que debe sentirse al ser un científico de los NIH, y hacer experimentos de laboratorio. También, podrán saltar en el juego inflable Caminata Lunar, ver un espectáculo de marionetas, jugar el juego del paracaídas, ver los vehículos de bomberos y rescate, conocer a los perros del National Capital Therapy Dogs y ganar premios.

Los adolescentes podrán competir en los Juegos Saludables 2004—la versión de los NIH de los Juegos Olímpicos de verano—y ganar premios. Expertos en fútbol, fútbol americano y baloncesto demostrarán a los adolescentes las mejores técnicas para mejorar su desempeño en sus deportes favoritos. Otros atractivos incluyen escalar una pared rocosa, examinar el Cerebro Ebrio, y navegar un campo de obstáculos usando unos lentes de visión fatal. Los adolescentes también pueden probar los más recientes juegos computadorizados sobre la salud, y visitar las páginas de salud diseñadas especialmente para ellos en la Internet. Científicos jóvenes responderán a las preguntas relacionadas a carreras futuras para los adolescentes y ayudarlos a delinear sus metas futuras.

Para más información o para inscribirse en este evento gratuito, llame al Coordinador de Share the Health al 301-650-8660 o vaya a nuestro sitio Web: <http://sharethehealth.od.nih.gov>.

La Oficina de Relaciones con la Comunidad de los NIH se dedica a servir los intereses y el bienestar de la comunidad que nos circunda, atender los asuntos de interés común, proveer información acerca de los NIH y compartir los recursos de los NIH con nuestros vecinos. Para más información visite nuestra página Web: <http://ocl.od.nih.gov>.

###